

ЗЛОУПОТРЕБА НА АНТИБИОТИЦИ

Што се антибиотици?

Антибиотиците се супстанции кои можат да ги убијат бактериите (бактерицидно дејство) или да го спречат нивниот раст (бактериостатско дејство). Може да бидат од природно потекло, синтетски или полусинтетски добиени.

Тие се добар избор за лекување на бактериски инфекции, но не делуваат на вируси и габички.

Антибиотиците се пуштени во употреба во раните 40-ти години од минатиот век. Во почетокот се користени само во болниците за лекување на силни и животозагрозувачки болести како што се туберкулозата, воспаление на белите дробови и менингитис. Денес најмногу се употребуваат во примарната здравствена заштита, и тоа, во најголем дел кога не се потребни или неопходни: за благи инфекции, вирусни инфекции и превентивно. Тоа се состојби при кои воопшто не делуваат, а може да нанесат сериозни штети на организмот. Денес е скоро неможно да се најде човек кој никогаш не користел антибиотик.

Исто така, се користат при одгледување на животни на фармите, како и во земјоделието и индустријата. Нивната пречеста и прераширена употреба доведува до негативни последици за луѓето и целото општество, бидејќи доведува до слабеење на имунитетот и развој на отпорни видови на бактерии. Во овој момент, тоа е проблем од глобални (светски) размери во јавното здравство.

Како да се користат антибиотиците

Антибиотиците се добиваат во аптека САМО врз основа на рецепт препишан од лекар, што значи треба да се земаат само по препорака на лекар. Пропишаниот антибиотик не смеете да го делите со друг.

Важно е антибиотикот да се зема доволно долго, а не да се прекине со негово земање во моментот кога ќе се почувствуваме подобро. Ако прерано го прекинеме антибиотикот, преостанатите бактерии продолжуваат да се размножуваат и можат да развијат отпорност на антибиотикот. Антибиотиците се ефикасни во лечењето на бактериските инфекции ако се земаат:

- ✓ во препорачана доза
- ✓ во еднакви временски интервали
- ✓ доволно долго

Злоупотреба на антибиотици

Антибиотици најчесто се пропишуваат за инфекции на горните дишни патишта (како што се акутна кашлица, настинка, зеленкаст секрет од носот, болки во грлото, бронхитис) и средното уво, наспроти доказите дека антибиотиците не делуваат во најголемиот број од овие случаи.

Многу луѓе чуваат неискористени лекови за лекување на следната ангина или болки во грлото во семејството. Чување на неискористени антибиотици за лекување на следната болест може да изгледа како добра идеја, но само лекарот може да каже кога навистина има потреба од употреба на антибиотици, и ако има, кои се најдобри за болеста.

Несакани појави при земањето на антибиотици

Антибиотиците може да предизвикаат алергиски реакции кај некои луѓе. Многу често несакано дејство на антибиотиците може да биде и појава на пролив или запек, мачнина и габични инфекции.

Антибиотиците, особено оние со широк спектар на делување, ги уништуваат и добрите и лошите бактерии и на тој начин посредно го намалуваат имунитетот. Само цревата содржат околу 1,5 милиони добри бактерии без кои не би можеле да живееме. Кога ќе уништите голем дел од нив со земањето на антибиотик, се отвара патот за размножување на патогените бактерии, што доведува до нарушувања во системот за варење на храната, главоболка, замор, несоница, болки во stomакот и слично.

Освен тоа, доаѓа и до прекумерно размножување на габички и мувли. Габичките испуштаат токсини кои влијаат на имунолошките клетки во организмот, што дополнително го ослабнува имунитетот.

Земањето на поголем број на антибиотици без контрола на здравствен работник нанесува големи штети на здравјето во целост.

Отпорност на бактериите кон антибиотици

Антибиотиците ги убиваат повеќето бактерии, но сепак некои бактерии успеваат да развијат заштита и во тој случај антибиотиците престануваат да делуваат на нив. Колку почесто се земаат антибиотиците толку е поголема опасноста од развој на отпорност. Денес постојат бактерии кои се отпорни на повеќето познати антибиотици и инфекциите со такви бактерии го загрозуваат здравјето и животот.

Главната причина за појавата на отпорност на бактериите е прекумерната и несовесна употреба на антибиотиците, нивното земање кога не се потребни, прекин на терапијата со антибиотици пред да биде завршено лекувањето, земање на несоодветни (помали) дози од потребните и непочитување на правилните временски интервали при земањето на терапијата.

Отпорноста на бактериите е заразна – новите генерации на бактерии ги наследуваат отпорните гени. Луѓето можат да ги пренесат своите отпорни бактерии едни на други, или, со други зборови, дури и ако лично не сте користеле антибиотици може да се заразите со отпорни бактерии од други лица.

Со тек на времето, бактериите можат да станат отпорни на повеќе видови на антибиотици, па така постојат и супер-отпорни бактерии на скоро сите антибиотици. Последиците од таа појава се пораст на стапката на заболувања, зголемена смртност од некои инфективни заболувања и зголемување на трошоците за лекување. Заради таа појава се употребуваат нови и поскапи антибиотици, со чија неправилна употреба одново бактериите стануваат отпорни на нив. Модерната медицина се обидува да ја добие војната против инфекциите.

Како можеме да го спречиме развојот на отпорни бактерии

Развојот на отпорни бактерии не можеме во потполност да го спречиме, но можеме да го успориме со правилна употреба на антибиотици што би значело само по препорака на лекар.

- ❖ Антибиотиците не се лекови за лечење на грип и настинка
- ❖ Антибиотикот не е лек за секоја болка во грлото
- ❖ Со антибиотик се лечат бактериски, а не вирусни инфекции
- ❖ Антибиотикот не е лек за намалување на телесната температура
- ❖ Нерационалната примена на антибиотиците ја намалува нивната делотворност
- ❖ Антибиотикот треба да се зема само по препорака на лекар и тоа во точно определено време и дозата треба да се испие цела
- ❖ Со неправилна употреба на антибиотикот создаваме отпорни бактерии

Тоа се единствените лекови чија неразумна употреба влијае негативно не само на здравјето на лекуваниот пациент, туку делува на здравјето во глобална смисла.

Што може секој од нас да направи

Пред да се решите да земате антибиотик, обидете се да се лекувате со некои природни методи на лекување што го зајакнуваат имунитетот и целото тело. Можете да се обидете со употреба на некои природни антиинфективни материи: прополис, ехинацеа, лук, столисник, рен, мајчина душица и други.

Силниот имунитет е важен за да се одбрани организмот од инфекции, а тој се зајакнува и одржува со здрава храна, физичка активност и здрав начин на живеење. Здравниот организам е способен да се избори против голем број на инфекции и без антибиотици, и со тоа да стане уште појак.

Освен тоа, за да се спречат инфекциите, треба да се преземат и следните мерки:

→ Мијте ги рацете редовно и темелно; избегнувајте антибактериски сапуни;

- Темелно мијте го овошјето и зеленчукот пред употреба;
- Избегнувајте да јадете недоволно варено/печено месо

Доколку е неопходно да земате антибиотик, тогаш:

- Земајте го **само** по препорака на лекар
- Не барајте од лекарот да ви пропише антибиотик „за секој случај“, и не ги купувајте на своја рака
- Терапијата со антибиотици секогаш спроведете ја до крај
- Не земајте туѓи антибиотици и не ги употребувајте антибиотиците што ви останале од некоја претходна терапија

За време на антибиотската терапија и две недели по завршувањето може да биде корисно земањето на пробиотик (консултирајте го фармацевтот).

Проф.д-р Бистра Ангеловска